

## **Experiencia educativa de un taller sobre adicciones en estudiantes de educación media superior**

Virginia Flores Perez<sup>1</sup>

Yareli Itzel Fragoso Salvatierra<sup>1</sup>

Esteban Jaime Camacho Ruiz<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Facultad de Estudios Superiores Iztacala, Universidad Nacional Autónoma de México.

<sup>2</sup>Centro Universitario UAEM Nezahualcóyotl, Universidad Autónoma del Estado de México.

\*Autor de correspondencia: [jaime\\_camacho\\_ruiz@hotmail.com](mailto:jaime_camacho_ruiz@hotmail.com)

### **Resumen**

Los adolescentes y jóvenes al entrar en una etapa de cambios, los expone a diferentes riesgos, entre ellas los problemas de salud mental y el consumo de sustancia. Existe una mayor vulnerabilidad para el consumo de sustancias y los lleva a padecer problemas biopsicosociales relacionados con el consumo. Los factores de riesgo son multifactoriales: individuales (genéticos y desarrollo neurobiológico), factores familiares y medioambientales (violencia familiar, socioeconómicos, presión social). Actualmente para promover una cultura de prevención social para detectar y atender problemas de conducta, adicciones, deserción escolar o alteraciones en el estado de ánimo, se realizan actividades para fortalecer valores y normas sociales en los programas permanentes de orientación escolar. Por tanto, el objetivo del presente taller fue, sensibilizar a los adolescentes sobre los riesgos físicos, psicológicos y sociales asociados al consumo de sustancias adictivas, así como fomentar el pensamiento crítico y la toma de decisiones informadas respecto a su salud. Se realizó un taller psicoeducativo con duración de dos horas, en el que participaron 76 adolescentes (mujeres y hombres), de 16 a 19 años en una preparatoria, del Estado de México. A través de una exposición teórica, discusión abierta y dinámica grupal, se abordaron los tipos de sustancias, consecuencias, mitos sobre consumo y factores de protección. Se generó un ambiente seguro, empático y de apertura para una expresión libre. Se resalta la importancia de brindar herramientas a los jóvenes para enfrentar las presiones sociales con responsabilidad y autocuidado.

**Palabras claves:** Consumo de sustancias, prevención, educación para la salud, salud en el adolescente

## Introducción

En la adolescencia, los trastornos por consumo de sustancias, así como otros trastornos mentales, son comunes y a menudo persistentes, siendo una de las principales causas de discapacidad, sin embargo, se ha dado menor atención a estos padecimientos en comparación con los adultos. Por esta razón el consumo de sustancias en los adolescentes y jóvenes menores de 24 años se ha convertido en un problema de salud pública en todo el mundo (Whiteford et al., 2010).

Las problemáticas relacionados con el consumo de sustancias más comunes son: lesiones y accidentes que pueden causar muerte o discapacidad, deserción y bajo rendimiento escolar o laboral, violencia familiar, conducta antisocial, eventos traumáticos, otros trastornos psiquiátricos (ansiedad, depresión, trastorno por déficit de atención e hiperactividad, etc.), ideación y conducta suicidas, conductas sexuales de riesgo, complicaciones vasculares, daño hepático y distintos tipos de cáncer (Medina-Mora et al., 1990).

Se ha reportado, que los adolescentes y jóvenes entre 13 y 25 años tienen una gran vulnerabilidad y riesgo de consumir sustancias de abuso, esto debido a la inmadurez neurobiológica lo que implica que sean mayormente influenciados, además de presentar conductas más impulsivas que los coloca en situaciones de riesgo en las que carecen del manejo de las emociones y escasas conductas de autocuidado, especialmente en situaciones de presión social ejercida por el grupo de pares (Steinberg, 2008). Además, otros factores de riesgo que influyen en el consumo son: individuales (genéticos y desarrollo neurobiológico), factores familiares y medioambientales (violencia familiar, socioeconómicos, presión social; Tena-Suck et al., 2019).

En México, según la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco reporta, que el consumo de sustancias entre los adolescentes se ha incrementado. Las cifras indican que el 6.4% de los adolescentes de 12 a 17 años consume drogas, el 39.8% consume alcohol y el 4.9% consume tabaco, entre ellos el 6.5% a través de cigarro electrónicos o vapeadores (Instituto Nacional de Salud Pública, 2017).

Dentro de la educación media superior, a través de la orientación escolar se han establecido programas permanentes de prevención de riesgos psicosociales con el objetivo de promover una cultura de prevención social para detectar y atender problemas de conducta, adicciones, deserción escolar o alteraciones en el estado de ánimo. Estas actividades buscan fortalecer valores y normas sociales a través de talleres, pláticas, conferencias y seminarios (Secretaría de Seguridad, 2024).

## Objetivo

Por lo tanto, debido al riesgo de los adolescentes a consumir sustancias y como parte del programa de prevención de riesgos, el objetivo del presente taller fue, sensibilizar a los adolescentes sobre los riesgos físicos, psicológicos y sociales asociados al consumo de sustancias adictivas, así como fomentar el pensamiento crítico y la toma de decisiones informadas respecto a su salud.

## Metodología

Se presentó un taller psicoeducativo, informativo y participativo centrado en el estudiante, titulado “Prevención con conocimiento: entendiendo las adicciones para un futuro saludable” el cual tuvo una duración de dos horas, en una única sesión. Fue impartido a 76 estudiantes de una Escuela Preparatoria Oficial del municipio de Chimalhuacán, Estado México, con edades entre 16 a 19 años.

La sesión se diseñó con actividades dinámicas que incluyeron una breve exposición teórica, dinámicas grupales y un espacio de discusión abierta. Se incorporaron materiales visuales y ejemplos contextualizados a la realidad, lo cual permitió mantener la atención e involucramiento del grupo. Los contenidos fueron retomados de la Guía para Docentes sobre la Prevención de adicciones (Secretaría de Educación Pública, 2023). Fue adaptado al nivel de conocimiento y lenguaje de los estudiantes, priorizando el diálogo horizontal y el respeto a sus opiniones (Tabla 1).

**Tabla 1.** Actividades y materiales utilizados

Actividad	Material
Exposición teórica	Imágenes ilustrativas Papel bond con información
Actividad cierto o falso	Infografías
Actividad rompecabezas “Tu plan de vida”	Piezas impresas de rompecabezas Colores, pegamento, tijeras Papel bond para unir las piezas

Fuente: Elaboración propia

Entre los temas abordados estuvieron: tipos de adicciones (legales e ilegales), factores de riesgo y protección, consecuencias a corto y largo plazo, mitos comunes sobre el consumo, y estrategias para decir “no” sin sentirse excluido socialmente. A través de las actividades se promovieron las redes de apoyo dentro de la escuela mediante el trabajo en equipo y el plan

de vida, este último abordado a través de un rompecabezas en el cual, los objetivos de cada alumno eran una pieza fundamental para completarlo (Anexo 1).

### **Resultados y conclusiones**

Como resultado, los estudiantes se mostraron participativos durante la sesión, externando sus dudas, al finalizar mostraron mayor claridad sobre los riesgos asociados al consumo de sustancias, particularmente aquellas consideradas “socialmente aceptadas”, como el alcohol o el vapeo. Mostraron una gran disposición a reflexionar sobre sus decisiones y entornos.

En cuanto a las actividades realizadas, después de la breve exposición sobre las diferentes sustancias, ellos pudieron completar la infografía que se les brindó al inicio de la sesión, la cual les sirvió para reforzar los conocimientos obtenidos y en equipos completaron un rompecabezas que expusieron al final del taller. Un aspecto que destacar sobre el rompecabezas, fue que cada alumno en su pieza pudo plasmar su plan vida, esto permitió que se visualizaran a largo plazo y más allá de ser un taller únicamente informativo se pretendía que los adolescentes tuvieran un razonamiento crítico de lo que quieren y no quieren en su vida, entre ellas un futuro sin el consumo de drogas. Por lo que esta actividad permitió la sensibilización y a través del trabajo en equipo, conocer que tienen redes que apoyo que los impulsaran a alcanzar sus metas.

Entre los aprendizajes destacados como facilitadoras, se encuentra la importancia de generar confianza y apertura para que los adolescentes se expresen libremente. Asimismo, quedó claro que un enfoque empático resulta más eficaz. Aunque, el taller fue de una sesión única, sería fundamental generar espacios e impartir taller con un mayor número de sesiones que permitan abordar otros aspectos a fondo como los factores de riesgo y las consecuencias a corto, mediano y largo plazo del consumo de sustancias.

Finalmente, esta experiencia refuerza la necesidad e importancia de incluir la educación preventiva como parte integral dentro de los planes escolares que permita formar a jóvenes con herramientas para enfrentar las presiones sociales con responsabilidad y autocuidado. Y, a su vez la importancia que tienen los profesionales de la salud sobre estas problemáticas, para ser abordadas de manera correcta y pertinente.

### **Referencias**

- Instituto Nacional de Salud Pública (2017). Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (2016-2017). Recuperado el 15 de julio de 2025 de <https://encuestas.insp.mx/repositorio/encuestas/ENCODAT2016/>

- Medina-Mora, M.E., Tapia, C.R., Rascón, M.L., Solache, G., Otero, B.R., Lazcano, F., & Mariño, M.C. (1990). Epidemiologic status of drug abuse in Mexico. Bulletin of the Pan American Health Organization, 24(1), 1-11.
- Secretaria de Educación Pública. (2023). Estrategia en el aula: Prevención de adicciones. Guía para docentes. México. [https://drive.google.com/file/d/1mGOTnfsezFbHxqMBiGQ3C3tCW4W6jBI\\_/view](https://drive.google.com/file/d/1mGOTnfsezFbHxqMBiGQ3C3tCW4W6jBI_/view)
- Secretaria de Seguridad. (2024). Programas de prevención. Recuperado el 15 de julio de 2025 de [https://sseguridad.edomex.gob.mx/programas\\_de\\_prevenicion](https://sseguridad.edomex.gob.mx/programas_de_prevenicion)
- Steinberg, L.A. (2008). Social neuroscience perspective on adolescent risk-taking. Developmental Review, 28(1), 78-106. doi: 10.1016/j.dr.2007.08.002.
- Tena-Suck, A., Castro-Martínez, G., Marín-Navarrete, R., Gómez-Romero, P., de la Fuente-Martín, A., & Gómez-Martínez, R. (2018). Consumo de sustancias en adolescentes: consideraciones para la práctica médica. Medicina Interna México, 34(2), 264-277. <https://www.scielo.org.mx/pdf/mim/v34n2/0186-4866-mim-34-02-264.pdf>
- Whiteford, H.A., Degenhardt, L., Rehm, J., Baxter, A.J., Ferrari, A.J., Erskine, H.E., Charlson, F.J., Norman, R.E., Flaxman, A.D., Johns, N., Burstein, R., Murray, C.J., & Vos, T. (2013). Global burden of disease attributable to mental and substance use disorders: Findings from the Global Burden of Disease Study 2010. Lancet 382(9904),1575-1586. doi:10.1016/ S0140-6736(13)61611-6.

### Anexo 1.

Fotografías “Prevención con conocimiento: entendiendo las adicciones para un futuro saludable”



XI Jornada de Intercambio de Experiencias en Promoción y Educación para la Salud  
22, 23 y 24 de Agosto de 2024

